



PERCORSO TANDEM per accompagnatori



Indice

Tandem Coppia e l'equipe Notre Dame	pag. 3
Metodologia e Pedagogia della proposta Tandem	pag. 4
Strumenti	pag. 7
Le 7 regole del Tandem	pag. 11
Valutazione di Tandem oppia	pag. 14
Proposta per un Flight Meeting di un giorno	pag. 16
Test personale per la Coppia Accompagnatrice	pag. 20
Non c'è niente di grave tranne perdere l'Amore	pag. 24

Entriamo nei dettagli

Come funzionano le Equipe Tandem?



Pedagogia

La pedagogia Tandem Coppia è strutturata attorno a tre momenti chiave per ogni tema trattato: un momento di riflessione personale, un momento di discussione in coppia (il cuore dell'approccio) e un momento di condivisione in equipe. In ogni incontro viene offerto a tutti un momento di preghiera comune, qualunque sia il cammino di fede di ciascuno.



La squadra

L'equipe si riunisce mensilmente la sera per discutere il tema del mese. È un momento di convivialità che inizia con una cena condivisa.

Una coppia accompagnatrice facilita gli scambi e garantisce che tutti possano esprimersi liberamente.



Il libretto

L'opuscolo copre l'intero percorso. Fornito a ciascuna coppia durante il primo incontro in equipe, è il supporto preferenziale per la preparazione degli incontri. Per ogni tema vengono proposti testi ispiratori, spunti di riflessione e discussione, nonché un testo evangelico e una preghiera.

Ogni coppia annota i propri pensieri durante la preparazione: la chiave per un viaggio di successo!

Tandem Coppia e l'Equipes Notre Dame

*Un collegamento per un servizio alla Chiesa a 360° completo,
che tiene in considerazione la totalità del lavoro riferito al Tandem Coppia.*

La proposta di Tandem Coppia risponde a una proposta lanciata dai Vescovi di Francia alle *Equipes Notre-Dame* durante i vari incontri, per chiamare i loro membri alla missione nell'accompagnamento di giovani coppie in ricerca.

Percorso umano e spirituale, ideato e proposto da questo movimento, Tandem Coppia è al servizio delle parrocchie e delle diocesi, nell'ambito della Pastorale "Giovani Coppie".

È stato implementato negli anni '90 dai membri dell'équipe di Notre-Dame du Sud-Ouest (Francia) accompagnati da un sacerdote. Si sono ispirati alla pedagogia e al metodo del movimento (Equipe Notre Dame - END) basata sulla vita quotidiana della coppia.

Il corso è stato aggiornato e arricchito nel 2007-2008, sulla base delle riflessioni svolte durante un incontro nazionale dei facilitatori - accompagnatori di Tandem Coppia.

Il contesto attuale rafforza l'attualità della proposta di Coppia Tandem che si rivolge alle coppie che si interrogano sul senso da dare alla propria vita e che desiderano camminare e condividere la loro riflessione con altre coppie, alla luce della fede cristiana.

È importante che i facilitatori-accompagnatori di Tandem Coppia, membri dell'Equipes Notre-Dame o meno, si incontrino regolarmente per scambiare e testimoniare ciò che sperimentano all'interno dei loro gruppi. Le *équipe Notre-Dame* si prendono cura di questo.

equipetandemitalia@equip-es-notre-dame.it
www.equip-es-notre-dame.it

METODOLOGIA E PEDAGOGIA DELLA PROPOSTA DI TANDEM COPPIA

Questo documento è destinato alle future coppie, agli accompagnatori e ai Consiglieri Spirituali che desiderano costituire e accompagnare un gruppo di Tandem Coppia.

Coppie interessate a Tandem Coppia

Coppie, sposate e non, desiderose di andare avanti, interrogandosi sul senso della vita, desiderose di condividere una riflessione con altre coppie, alla luce della fede cristiana.

La proposta può essere fatta a coppie più o meno lontane dalla Chiesa, sulla "soglia":

- giovani che hanno seguito la preparazione al matrimonio (CPM - corsi prematrimoniali) e desiderano continuare la riflessione iniziata senza sentirsi impegnati o "praticanti" nella Chiesa.
- genitori che si rivolgono alla Chiesa per far battezzare o iscrivere il figlio al catechismo e che esprimono una ricerca, una richiesta di sostegno.
- Giovani coppie che vogliono uscire dal loro isolamento per camminare con questo spirito con gli altri da ciò che vivono giorno per giorno.

Obiettivo (scopo) della proposta:

L'obiettivo è quello di aiutare le coppie a scoprire, sulla base della loro esperienza e del loro desiderio di migliorare nella vita:

- La ricchezza del **dialogo di coppia** e della **condivisione tra i membri del gruppo**
- il **posto di Dio** nella loro vita quotidiana e ciò che la vita **nella Chiesa può portare loro** (spesso poco visibile a queste coppie)
- la fecondità di un cammino di **gruppo**, proposto e sostenuto da una comunità cristiana (che in linea di principio è la parrocchia)

Il corso ha una durata di **2 anni** al ritmo di un incontro mensile.

Come posso iniziare?

- Dopo un lavoro di comunicazione trasmesso dalla parrocchia e dalla diocesi, è necessario riunire da **quattro a sei coppie interessate** e fissare una data e un luogo per il primo incontro.
- Un **sacerdote** accompagna o sostiene il gruppo: il parroco in contatto con queste giovani coppie (richiesta di battesimo, matrimonio, catechesi) è spesso l'iniziatore di questo progetto. È anche colui che può "nominare" **la coppia animatrice**. La sua partecipazione è auspicabile e apprezzata ad ogni incontro. Se non è sempre possibile, è essenziale la sua presenza per alcuni temi (vedi sotto). Se il gruppo di solito non ne trae beneficio, la coppia animatrice deve poter invitare un sacerdote della comunità parrocchiale in queste occasioni. **Il gruppo può essere accompagnata da: un sacerdote: Parroco o Religioso, un diacono, una Suora, un Seminarista, un Laico qualificato.**
- Il primo incontro permetterà a tutti di conoscersi in una convivialità, e alla coppia animatrice di esporre il progetto e **le 7 regole del percorso**, per la chiarezza della proposta.

Pertinenza della proposta di Tandem Coppia

Dopo diversi anni di attività, i gruppi di Coppia Tandem sembrano soddisfare una reale aspettativa da parte di molte giovani coppie, sposate o non sposate. Tutti sentono più o meno confusamente il bisogno di comunicare meglio, di dare un senso spirituale alla propria vita, di (ri)scoprire Cristo nella Chiesa e di incontrare altre coppie che condividono questa stessa ricerca.

Presentazione dei temi

L'approccio proposto parte sempre dalla **vita concreta**.

- *Primo tema: **L'ascolto**: è un tema che non deve essere dimenticato, ma applicato in tutti i temi e incontri: è la condizione delle riflessioni successive per garantirne la qualità e l'efficacia.*
- *Ultimo tema: **Alzarsi in volo ... la Partenza**: dimostra che Tandem Coppia non è un movimento ma una preparazione ad un viaggio, che quindi ha una fine, che può essere un nuovo inizio per la coppia, anche se la tentazione di continuare insieme è grande.*

Tra il primo e l'ultimo ci sono **22 temi** sulla vita quotidiana della coppia. Sono 24 temi di cui la coppia accompagnatrice può scegliere in base al profilo o ai desideri del gruppo. Tuttavia alcuni sono obbligatori! Alcuni temi più difficili non li abbiamo accumulati alla fine del corso ma abbiamo cercato di distribuirli rispettando una certa progressione.

Lo stesso quadro pedagogico per tutti i temi:

- **Primo approccio e/o introduzione:** disegno, frase, testo... per reagire, ed entrare meglio nel tema
- **Tracce per la riflessione personale:** le "domande-conducenti" sono volutamente numerose, brevi, concrete, in modo che ognuno possa attingervi e trovare qualcosa da "dire".
- **Tracce di scambiare in coppia:** dipendono dal passo precedente, che è sempre essenziale per alimentare questo scambio nell'ascolto reciproco.
Non stancatevi di ricordare l'importanza di queste 2 fasi di preparazione: condizione per imparare il dialogo di coppia e la qualità della condivisione in gruppo.
- **Tracce per condividere in gruppo:** permettono di chiarire cosa si vuole condividere con il gruppo: possono essere tralasciati per facilitare la condivisione, la spontaneità, il fluire del pensiero. Non possiamo che tenere come punto di riferimento per questa condivisione la frase standard all'inizio: "Scegliamo nella nostra riflessione preparatoria ciò che vogliamo condividere"
Fin dall'inizio, insisti su questi 3 passi-tracce da seguire in ordine e non saltarne nessuno (cfr le 7 regole del percorso: fai il gioco della preparazione).

- **Cammini di preghiera**

(per l'incontro o durante la preparazione): questi "cammini" non sono ovviamente itinerari obbligati, ma proposte da scegliere, introdurre, adattare, arricchire... secondo il profilo della squadra, nel rispetto di tutti.

L'Accompagnatore spirituale sarà un aiuto prezioso per questa apertura spirituale... Certo, può proporre la sua scelta. Altri testi di preghiera per la maggior parte dei temi si trovano anche nell'appendice dell'opuscolo.

È possibile, quando l'équipe ha progredito nella preghiera, fare in modo che sia preparata da una coppia diversa ad ogni riunione.

- **Per andare oltre:** si tratta di suggerimenti per aiutare la coppia nel mese successivo a compiere gesti, atteggiamenti, atti, decisioni, ecc., in relazione alla riflessione e alla condivisione sul tema. Se lo desiderano, possono parlarne di nuovo all'inizio della prossima riunione.
- **Per approfondire:** Per ogni tema sono stati aggiunti in appendice vari testi al fine di alimentare e ampliare la riflessione: non si tratta di un passaggio "obbligatorio" ma gli accompagnatori sono invitati a leggerli durante la propria preparazione e a indicarli ai membri del team. Ciò non dovrebbe impedire agli accompagnatori di presentare altre proposte, se lo desiderano.

Cosa possiamo aspettarci da una tale realizzazione?

Un corso di Tandem Coppia non garantisce:

- di colmare le lacune in una coppia,
- di una conversione immediata o veloce,
- di migliorare la sensibilità verso la parrocchia, la Chiesa,
- un successivo coinvolgimento in un movimento della Chiesa.

Non misuriamo il "successo" o il "fallimento". Solo Dio è il giudice. Rendiamo grazie a Dio per il cammino di ciascuno, per tutto ciò che è stato sperimentato nel cuore di ogni coppia, per la solidarietà che si è instaurata con l'uno o con l'altro.

Durante questo viaggio, sentirai cose che vanno bene e altre che vanno male.

Devono quindi essere intraprese due azioni:

- *Adattare l'argomento, il suo contenuto o la sua presentazione in base alle esigenze del gruppo.*
- *Condividi le tue difficoltà e i tuoi suggerimenti con altre coppie che accompagnano i gruppi di Coppia Tandem o con un membro del gruppo di coordinamento delle coppie tandem.*

La durata dell'attività di un gruppo Coppia Tandem è relativa; è un **tempo di transizione**, che può eventualmente permettere la preparazione di scelte successive. Ma questa va vista solo come una proposta di pastorale semplice e umana, un aiuto all'incontro, allo sviluppo della vita spirituale, a livello di "chiesa domestica" e di comunità parrocchiale.

LASCIAMO CHE DIO OPERI NEL CUORE DI CIASCUNO

STRUMENTI

ad uso degli accompagnatori di una Equipe Tandem.

A seguito di un confronto di esperienze

Hai accettato di accompagnare un gruppo di coppie Tandem e siamo lieti di te.

Per aiutarvi nel vostro ruolo di accompagnatori, vi proponiamo alcune "tracce di strumenti" che vi permetteranno di portare a termine la vostra missione. Molti di questi consigli a volte ti sembreranno ovvi, ma l'ovvio, che non è uguale per tutti, è sempre utile da ricordare.

Per la chiarezza della proposta, è importante rileggere attentamente e commentare come gruppo le 7 regole del viaggio (libretto dei membri del gruppo) che ogni membro deve accettare di rispettare, prima di iniziare il corso.

- I gruppi di Coppia Tandem sono spesso composte da persone diverse, che non sempre hanno una cultura religiosa o che magari ne hanno preso le distanze, per cui è necessario che si sentano **accolte, ascoltate senza sentirsi giudicate, nella massima discrezione.**
- Bisognerà fare attenzione che certi interventi di una coppia o di un membro del gruppo non cadano in confidenze molto personali e riservate; a volte è più facile aprirsi di fronte ai membri del gruppo (che non si conoscono molto bene ma con i quali ci si sente "confidenti") che da soli con il marito o la moglie. Questo non significa che tutti non debbano dirsi la verità, ma ci sono aree che sono campo esclusivo della coppia e di loro soltanto. Tuttavia, a parte questo, va sottolineato quanto **l'esperienza di alcuni possa aiutare gli altri.**
- Affidati sempre agli **aspetti positivi** di ciò che queste giovani coppie stanno attraversando.
- L'esperienza dimostra che l'incontro è sempre più ricco e interessante quando tutti si sono presi il tempo di **prepararsi da soli e poi in coppia.** Questa preparazione in 2 fasi è essenziale per la coppia che scopre la ricchezza di uno scambio approfondito.
 - **Anche gli sposi animatori si presteranno volentieri:** ne beneficeranno per sé e per lo svolgimento dell'incontro; ma la loro testimonianza sarà sempre discreta, se la riterranno utile o se saranno sollecitati, avendo cura di non porsi (più o meno consapevolmente) a modello. Sarà ancora più credibile.
 - Fin dal primo incontro, sarà attento al modo in cui ogni coppia ha assicurato la preparazione. Probabilmente sarà necessario **ribadire questo consiglio** lungo tutto il percorso!
 - Queste 2 fasi di preparazione richiedono che le coppie inizino a lavorare sul tema successivo subito dopo l'incontro (e non in fretta poco prima dell'incontro).
 - Per facilitare questa preparazione, è consigliabile che ogni membro del gruppo abbia un **piccolo diario di bordo** che servirà anche per non dimenticare ciò che viene detto da una riunione all'altra.
- All'inizio del pasto (o del momento conviviale in cui si condivide un dolce), è importante iniziare con una **tavola rotonda** sulle novità del mese, che ha contraddistinto tutti dall'ultimo incontro, prima di affrontare la condivisione sul tema stesso.
- Su alcuni temi di natura più spirituale, prenditi del tempo per riflettere con il sacerdote (o l'accompagnatore spirituale) dell'équipe **o chiedi aiuto a un sacerdote se l'équipe di solito non ne ha uno.** Molte équipe non hanno la fortuna di essere accompagnate da un sacerdote,

anche se è il parroco che ha lanciato il progetto Tandem Coppia nella sua parrocchia. Tuttavia, per alcuni temi (**temi 1, 8, 12, 14, 16, 21, 24**), la presenza di un sacerdote all'incontro dell'équipe, quando possibile, è una sicura fonte di arricchimento e approfondimento per le giovani coppie e anche un legame con una vita nella Chiesa da cui la maggior parte è lontana... La coppia animatrice potrà fare la proposta all'équipe e poi invitare un sacerdote della comunità parrocchiale.

- La preghiera può essere attuata gradualmente, tenendo conto delle persone che compongono l'équipe. Trovare i mezzi appropriati (tempo di silenzio dopo aver letto un testo, riprendere una parola, una frase, dare un'intenzione, cantare), coinvolgerli a poco a poco.
- Spiegate loro l'importanza di **venire regolarmente alle riunioni**, cercando di rispettare l'orario... e di essere fedeli al tempo di preparazione personale e di coppia per i progressi di tutta la squadra... La coppia animatrice dovrà anche fare in modo che le tappe dell'incontro siano rispettate in modo che porti buoni e molti frutti.
- Rimani **flessibile** però. Non esitate a riprendere il tema alla prossima riunione se pensate che sia stato trattato in modo troppo superficiale (forse a causa di una mancanza di preparazione). Al termine di ogni incontro, le proposte permettono di "andare oltre". Per questo è bene che la coppia ospitante, 15 giorni prima dell'incontro, invii una mail di promemoria con i punti che verranno discussi o approfonditi.
 - Non voglio andare troppo veloce! **Il corso deve adattarsi ai membri del gruppo.** L'importante deve rimanere la qualità degli scambi nel rispetto di ogni persona.
- Applicare **tecniche di facilitazione di gruppo**: ascoltare senza interrompere, senza giudicare, ma possibilmente riformulando ciò che è stato appena detto. Questo permette alla persona che si è espressa di correggersi o di completare ciò che voleva dire, incoraggiandola così a parlare in prima persona "io".
- Se necessario, non esitare a riformulare alcune domande per **adattarle** ai tuoi compagni di squadra o per arricchire i temi con articoli di giornale o testi aggiuntivi.

Punti di attenzione specifici per alcuni temi più difficili

Tema 8 La religione ed io: È auspicabile la presenza di un sacerdote

Tema 12 Dio nella mia vita: È auspicabile la presenza di un sacerdote

Si consiglia di non affrontare questo tema prima di aver affrontato il tema "io e la religione" come gruppo.

Tema 14 La Sofferenza e 16 Il Male: Attenzione, non si tratta di evocare la "sofferenza" che il mio coniuge mi provoca o il "male" che faccio al mio coniuge: questo sarà affrontato nel tema del "*perdono nella coppia*".

Tema 16 Il Male: Tema da trattare DOPO la "*sofferenza*" e PRIMA del "*perdono nella coppia*".

Il tema si compone di 2 parti (A e B). La parte (B) "*sfortuna*" allegata può essere oggetto di una seconda riunione basata su testi "per ulteriori approfondimenti". Potrebbe essere necessario adattare il supporto al tempo a disposizione e alle aspettative dei membri del team: l'accompagnatore sarà in grado di discernere in base al suo gruppo.

Tema 20 Amore, Desiderio e Tenerezza: le coppie possono essere riluttanti a condividere in gruppo questo tema, che è tuttavia inevitabile. Le domande per lo scambio di gruppo sono state concepite per incoraggiarli a parlare durante l'incontro non sulla base della loro esperienza di coppia, ma reagendo ai testi proposti.

Tema 21 Il perdono nella coppia: *la presenza di un sacerdote desiderabile*

Per i temi 14, 16 e 21, la coppia ospitante si preoccuperà di portare una luce positiva (attraverso la loro testimonianza). La fede cristiana, la vita nella Chiesa, possono essere fonti di liberazione.

Tema 24 Alzarsi in volo ... La partenza: Chiedete a ogni coppia di preparare il proprio bilancio per iscritto e di inviarvelo, se possibile, qualche giorno prima dell'ultimo incontro. *Auspicabile la presenza di un sacerdote*

Per il "dopo Tandem Coppia", il facilitatore deve aiutare con una ricerca specifica della coppia (o di una delle due) tenendo conto delle realtà locali. Sarebbe saggio, se non indispensabile, preparare un elenco di proposte a tal fine, con i recapiti e la documentazione appropriati per ciascuna di esse.

E, ultimo consiglio:

- **prima dell'incontro, affidate la vostra missione allo Spirito Santo,**
- **Dopo l'incontro, pregate e rendete grazie per queste giovani coppie!**

FIDUCIA e RISPETTO

Testo di riflessione e preghiera proposto per l'animatore di coppia Tandem Coppia.

Tutti gli uomini sono invitati alle nozze perché Cristo è morto per tutti. Ma...

A volte siamo turbati dall'indifferenza religiosa prevalente nella nostra società, da quella dei nostri figli che prendono strade diverse dalla nostra.

Jean Harang ci invita ad andare oltre, al di là di ogni dogmatismo e a ritrovare fiducia.

La non-fede dei nostri cari ci vincola un giorno o l'altro a fare nostra la parabola degli operai dell'undicesima ora e quella del figliol prodigo. Non si può più ringraziare Dio per essere colmati da Lui senza rallegrarsi del fatto che Egli colmi ogni uomo che viene in questo mondo. Pensare che un solo uomo possa perdersi perché la grazia di Dio gli mancherebbe renderebbe la mia fede vacillante.

Ma troppe grida di angoscia salgono a me perché non senta dolorosamente la sofferenza dei miei fratelli e sorelle cristiani, che sono disarmati e sperimentati dall'abbandono o dall'apparente rinnegamento di coloro che amano, dai bambini non battezzati, dai matrimoni civili e dalla messa in discussione dei dogmi e della morale.

Troppi di noi si sentono colpevoli o, al contrario, reagiscono in modo goffo e offensivo che allontana coloro che vorremmo tanto vedere avvicinarsi alla fede cristiana.

Vedo troppe vite oranti traumatizzate dall'infedeltà dei loro cari per non dire loro con tenerezza: "La pace sia con voi"! (Jean Harang)

I – Dio solo è giudice

Il Concilio, grazie a Dio, ha abbattuto tante barriere, abbattuto tanti muri che non possiamo più vedere, non sentire più, non possiamo più condividere. Dio non è Padre soltanto di coloro che appartengono ad una religione, ma di tutti coloro che Lo adorano in verità.

Non rinchiudiamolo solo nelle terre cristiane. Rischieremmo di perderci d'animo, di perdere l'equilibrio, di abbandonare la strada della speranza. Chi, oggi, oserebbe limitare la grazia della salvezza ai cristiani o ai soli cristiani praticanti...?

È troppo serio parlare troppo in fretta di infedeltà. Solo Dio è il giudice. È ancora più grave immaginare, anche solo un po', che l'infedeltà dell'uomo mina rapidamente la fedeltà di Dio. Dio è fedele e per la sua grazia, in modo misterioso, ogni battezzato, anche apparentemente indegno, è in strettissima relazione con Lui.

Partendo dall'affermazione conciliare: "Ogni uomo può giungere a Dio in un modo conosciuto solo da Dio", Karl Rahner, uno dei grandi teologi del Concilio, afferma: "Non si può certo negare che, con una tale fede conferita dalla grazia, Dio può salvare una persona, anche al di fuori del cristianesimo ufficiale, confessionale, istituzionale".

In questi tempi difficili, dobbiamo imparare a raggiungere Dio, a leggere il passaggio di Dio su strade diverse dalle nostre e il passaggio degli uomini a Dio su strade diverse da quelle che percorriamo. Abituati a uno sguardo ravvicinato, ad attingere grazia alle fonti sacramentali, arriviamo a dimenticare che Dio non è legato ai suoi sacramenti e può agire direttamente nel cuore dell'uomo. Possiamo arrivare a Dio, anche al di fuori delle regole che la Chiesa considera normative, lasciando allo Spirito Santo un'infinita libertà d'azione.

Riferendosi alla sola Europa, monsignor Hume, vescovo di Westminster, sottolinea questa prova di fede dicendoci che, nonostante l'evidenza della secolarizzazione e della secolarizzazione dell'Europa, "è chiaro che rimane nel cuore di ogni individuo uno spazio che solo Dio può riempire. C'è un istinto religioso, una fame di Dio che troppo spesso non ci viene riconosciuta".

È un'avventura esaltante situarsi in questo spazio e riconoscere, nostro prossimo, fame di Dio, del Dio che sembrano rifiutare. Dobbiamo andare in mare, dove ci sono i nostri fratelli e sorelle, uscire dai sentieri battuti e dai vicoli ciechi a causa dei limiti che ci poniamo in buona fede, ma arbitrariamente.

II – Dio rispetta l'uomo

Fermi nella nostra fede, non immaginiamo che l'abisso si sia aperto sotto i piedi di coloro che se ne allontanano. Scopriamo come andare oltre la mera interpretazione letterale di un testo o di una parola e unirci allo Spirito che soffia dove vuole. Appoggiandoci saldamente alla roccia che è Gesù Cristo, usiamo questa roccia come trampolino di lancio per andare, con fiducia, più in alto o più lontano. Ci sono scoraggiamenti che nascono da un certo ripiegamento su sé stessi o sul proprio modo di vivere la propria fedeltà, che possono mettere a repentaglio la nostra speranza.

Per quanto folle possa sembrare, Dio è rispetto. Siamo creati a sua immagine e somiglianza. Non rimuoviamo questa immagine in noi stessi. Viviamo questo rispetto per noi stessi, per Dio, per l'uomo.

Rispetto di sé.

Non è tacendo la nostra fede o addolcendola che promuoveremo un incontro leale con Dio per coloro che amiamo. Una fede prudente non è una fede contagiosa. Una fede che schiaccia, rifiuta, è una menzogna. Nessuno può rivendicare la propria fede, è pura gratuità di Dio.

- *Rispetto per Dio*

Noi non giochiamo con Dio. È giocare con Dio metterlo troppo in alto, dove è del tutto impossibile raggiungerlo. Si è incarnato, si è fatto molto vicino. È giocare con Dio a metterlo troppo in basso, sembrerebbe negare la sua trascendenza. Siamo tutti "Tommaso". Tutti possiamo toccare Dio con le dita. Lui, Dio, è Dio, niente per Lui è un ostacolo, specialmente non il nostro peccato. L'amore infinito non può scontrarsi con un limite.

- *Rispetto per le persone*

La non-credenza non è il capriccio di un bambino viziato. «Mille incertezze», disse Newman, «non sono in dubbio». Aggiungo: mille dubbi non fanno un vigliacco. Non c'è cieco; molti chiudono gli occhi; Chissà cosa succede dietro le palpebre chiuse? Nel suo esilio, Napoleone disse: "Quando chiudo gli occhi, sento l'odore della Corsica". Sono certo che molti chiudono gli occhi ma continuano a "sentire" Dio in modo molto forte.

Gesù amava Pietro, forse lo amava più intensamente che mai nei minuti del suo rinnegamento. Credo che sia stato lo stesso con Pietro, che non ha mai amato Gesù più di quando si è allontanato da Lui per vigliaccheria. Il Vangelo ci dice che Pietro si voltò, vide Gesù e pianse. Credo nel cammino di Dio nella nostra notte.

Jean Harang, sacerdote, scrittore, editorialista di lunga data per la rivista Panorama

LE SETTE REGOLE DEL PERCORSO

Hai accettato di fare squadra con altre coppie che, come te, desiderano un momento di riflessione e condivisione. Ecco 7 regole che vi permetteranno di camminare insieme.

1^a regola: *Fidarsi*

- Voi due vi state imbarcando in questa avventura "in tandem". All'inizio, uno (uno) può essere più disponibile dell'altro. Può darsi che dopo alcuni incontri, sarà il contrario... **Fidatevi l'uno dell'altro.** Incoraggiarsi a vicenda: questo è il principio stesso della staffetta a pedalata Tandem... A patto, ovviamente, che non sia sempre la stessa persona a pedalare...
- **Fidatevi del gruppo** e di ognuna delle coppie che lo compongono: sono diversi e allo stesso tempo vicini perché il più delle volte condividono le vostre stesse preoccupazioni e hanno lo stesso desiderio di iniziare questo viaggio. Nel corso degli incontri si costruirà una vera amicizia.
- Ti accompagnano una coppia "anziana" e un sacerdote o un accompagnatore spirituale: fanno squadra con te. Alcune domande potrebbero metterli in imbarazzo! D'altra parte, la loro esperienza, la loro vita spirituale possono aiutarti a progredire. Non esitate a chiederglielo, sia durante un incontro, sia personalmente (soprattutto se avete la fortuna di avere un sacerdote ad ogni vostro incontro!).

2^a regola: *La preparazione*

La riunione del gruppo non è una conversazione casuale, devi darti il tempo di prepararti

- Prendetevi un momento a casa, ognuno di voi, per **riflettere personalmente sulle** questioni del tema (*percorsi per la riflessione personale*)
- Quindi condividi in coppia, assicurandoti di ascoltarti a vicenda (consigli per la condivisione in coppia)
- Infine, scegli cosa vuoi condividere con le altre coppie (suggerimenti per la condivisione in gruppo)
- Perché iniziare a prepararsi da soli? L'esperienza dimostra che quando una persona comincia a dare la sua opinione fin dall'inizio, l'altra è tentata di reagire: la discussione ha la precedenza sulla riflessione e sull'ascolto. Al contrario, se ognuno arriva con la propria preparazione (qualche nota aiuta), lo scambio è molto più profondo ed equilibrato. Rimarrete stupiti dalle scoperte che ognuno farà dell'altro!

La ricchezza della condivisione in gruppo dipenderà dalla vostra preparazione.

3^a regola: *La partecipazione*

Ogni incontro conta: **quando manca una coppia, tutta la squadra soffre** e la coppia assente ha perso un momento importante nella vita del gruppo. Ma naturalmente ci possono essere eventi imponderabili, imprevisti...

Aiutarsi a vicenda con la cura dei bambini (consigli per baby sitter) ...

Sentiti libero di modificare il luogo o la data della riunione in modo da poter partecipare.

4° regola: *A ciascuno il suo ritmo, la sua personalità! Ma sinceramente*

- Se sei timido, discreto, riservato, poche parole possono essere sufficienti all'inizio per condividere. **La qualità non è nella quantità.** Prepararsi alla riunione con uno iscritto sarà d'aiuto. A poco a poco, la fiducia e l'amicizia avranno la meglio sulla tua timidezza.
- Se hai molte cose interessanti da dire, risolvi (anche per iscritto!), vai al punto o scegli di entrare più nel dettaglio di un aspetto. I giorni hanno solo 24 ore; È importante rispettare il programma e tutti vogliono anche esprimersi.
- Ogni membro della coppia deve essere in grado di parlare a proprio nome e non solo a nome della coppia. **L'importante è essere veri.**

5° regola: *Libertà*

- Se qualcosa non va bene con il gruppo (difficoltà con gli orari, difficoltà a dialogare con un compagno di gruppo, troppo rigore, ecc.), non aspettare che diventi doloroso parlarne con la coppia animatrice o con il sacerdote;
- Potresti in qualsiasi momento scoprire che la proposta non è adatta a te. Ma per il buon funzionamento del gruppo, **per il rispetto di tutti**, vi chiediamo:
 - Prendersi il tempo di discuterne in coppia, poi con la coppia animatrice o con il sacerdote.
 - informare il gruppo della propria decisione, specificando, se possibile, i motivi della scelta; Arricchiranno o rassicureranno i tuoi compagni di squadra, ad esempio:
 - se sono stati commessi degli errori contro di te, è meglio non farlo più,
 - se te ne vai perché il dialogo nella tua relazione è diventato difficile, o se la proposta sembra inadatta al tuo caso, non c'è bisogno che gli altri si sentano in colpa per la tua partenza.

Quindi è richiesta la libertà di vivere questa esperienza nei limiti del rispetto reciproco.

6° regola: *Ascoltare*

Quello che vi proponiamo si basa su un atteggiamento fondamentale: l'ascolto.

- Ascolta quello che vivo nel profondo, quello che mi piace, quello che non mi piace.
- Ascoltare il mio sposo nelle sue parole, nei suoi gesti, nei suoi sguardi, nei suoi silenzi...
- Ascolta gli altri membri del gruppo.
- La Bibbia, la Chiesa, dicono che Dio parla agli uomini; come possiamo ascoltarlo?
L'ascolto sarà il nostro 1° tema, tornateci spesso, è **la chiave di volta della proposta di Tandem Coppia.**

7° regola: *Accettare di porsi alla luce della fede cristiana, praticante o meno, ognuno dove si trova*

Vi verranno proposti "Cammini di preghiera": saranno familiari ad alcuni, nuovi, sconcertanti, difficili forse per altri...**Il cammino è libero**, non è un "passaggio obbligato", ma una disponibilità del cuore, un cuore che ascolta, tace e che si apre gradualmente ad altri orizzonti...



*Che si tratti di un viaggio in Tandem in coppia
o in gruppo
sia una bella avventura
del tuo amore*



Buon viaggio!

Spunti di riflessione per una VALUTAZIONE DI TANDEM COPPIA

Grazie alle coppie animatrici per aver dedicato del tempo a fare una valutazione alla fine del corso.

Questo permetterà una visione interessante e vivace sulle varie esperienze, e uno scambio proficuo durante gli incontri degli accompagnatori di Tandem Coppia.

Può anche aiutare a sviluppare il percorso, ad adattarlo meglio e ad arricchirlo.

Ecco alcune idee da usare liberamente:

1. Profilo del gruppo
2. Riunioni
 - In che forma si svolgeva: intorno a un pasto, a un dolce? Posti?
 - A quale ritmo? Che assiduità?...
3. Valutazione dei **temi**: la loro progressione, il loro interesse:
 - I temi più gettonati
 - I temi più difficili o meno promettenti
 - Altri possibili temi che avresti voluto aggiungere alla lista
4. Qualità della **preparazione personale e di coppia**
Si è evoluta nello svolgimento del corso?
5. Qualità dell'**ascolto** e della **condivisione** durante l'incontro
6. **Apertura spirituale**
 - I testi proposti per ogni tema (o alla fine in appendice) ti hanno aiutato? Hai usato altri media?
 - Si è potuto organizzare un momento di preghiera: subito, a poco a poco o con difficoltà?
7. Presenza e partecipazione del **sacerdote** o del **diacono accompagnatore**
8. Che cosa ti ha portato questa esperienza di accompagnamento, **come facilitatore di coppia e di Tandem Coppia**?
9. E **dopo Tandem Coppia**? Qual è il seguito previsto per ciascuno di essi, se c'è un seguito?

Qualsiasi altra riflessione sarà ovviamente benvenuta, in qualsiasi forma essa sia.

Si prega di inviare la propria valutazione (via e-mail) ai referenti del Team di Coordinamento Equipe Tandem Italia:

equipetandemitalia@equip-es-notre-dame.it

In pratica: proposte per restare "in movimento"

C'è vita dopo Tandem Coppia!!

Al termine **del percorso di due anni** di un "Tandem Coppia", ad ogni coppia viene chiesto di scegliere un **nuovo approccio**.

Ecco alcuni suggerimenti per i movimenti e le attività ecclesiali, a cui si aggiungeranno le proposte aperte nella vostra parrocchia o diocesi: Corsi pre matrimoniali, preparazione al battesimo, catechesi, organizzazioni caritative, gruppi di preghiera, gruppi biblici e che vi saranno indicate dalla casa animatrice o dal sacerdote che vi accompagna.

Legame con la Pastorale Familiare della vostra diocesi

Per la coppia:

- *Equipes Notre-Dame*: Movimento di Spiritualità Coniugale.

Altri movimenti:

Consultare i siti web. Questo elenco non è ovviamente esaustivo in quanto i bisogni di impegno e di aiuto reciproco sono immensi: movimenti caritatevoli, impegni associativi, politici, ecc.

PROPOSTA PER UN FLIGHT MEETING DI UN GIORNO

La preparazione individuale e di coppia viene fatta utilizzando il tema 24 proposto.

Questa proposta è riservata agli accompagnatori, qualora desiderino usufruirne, e non è presente nel libretto "giovane coppia".

- **Idee per la condivisione in gruppo "nel corso di una giornata"**

I Percorsi per la condivisione in gruppo "durante una giornata" possono ispirarsi al modello di una giornata tipo di Alzarsi in volo ... la partenza come proposto di seguito:

Proposta di una giornata di volo-partenza per la condivisione del gruppo

ore 9:30 / 10:00	Accoglienza	
ore 10:00 / 10:15	Preghiera: testo dei Discepoli di Emmaus Canzone: Se il padre ti chiama Preghiera in due parti da parte dei accompagnatori	Vedi ★ A
ore 10:15 / 12:00	Condivisione di gruppo su 2 punti della "Riflessione Personale" ○ Temi (N°1) ○ Vita di gruppo (n. 2)	Vedi ★ B
12:00 / 13:30	Pasto	
13:30 / 14:00	Riflessione di coppia sulla "Patente di guida"	Vedi ★ C
14:00 / 14:30	Intervento del sacerdote (o diacono) o continuare la patente di guida »	Vedi ★ D
14:30 / 15:30	Condivisione di gruppo sul punto N°3 di "Riflessione personale" ○ Decollo e spedizione (n°3)	Vedi ★ E
15:30 / 16:00	Testimonianza (o estensione N°3: Volo e invio)	Vedi ★ F
16:00 / 16:30	Conclusione, invio e preghiera di ringraziamento	Vedi ★ G
16:30 / 17:15	Messa (se c'è un sacerdote disponibile)	Vedi ★ H

★ A

Preghiera: I discepoli di Emmaus San Luca 24,13-35

Il terzo giorno dopo la morte di Gesù, due discepoli erano in viaggio verso un villaggio chiamato Emmaus, a due ore di cammino da Gerusalemme, e stavano parlando insieme di tutto ciò che era accaduto. Ora, mentre parlavano e discutevano, Gesù stesso si avvicinò e camminò con loro. Ma i loro occhi erano accecati e non lo riconobbero. Gesù disse loro: «Di che cosa parlavate mentre camminavate?». Poi si fermarono, molto tristi. Uno di loro, di nome Cleofa, rispose: "Tu sei l'unico di tutti quelli che erano a Gerusalemme che ignorava gli avvenimenti di questi giorni". Ed egli disse loro: «Quali avvenimenti?». Risposero: «Che cosa è accaduto a Gesù il Nazareno: quest'uomo era un profeta potente nelle sue opere e nelle sue parole davanti a Dio e davanti a tutto il popolo. I capi dei sacerdoti e i nostri capi lo consegnarono, lo fecero condannare a morte e lo crocifissero. E noi che speravamo che sarebbe stato il liberatore di Israele! Con tutto questo, è già il terzo giorno che è passato da quando è successo. A dire il vero, siamo rimasti sconvolti da alcune donne del nostro gruppo. Andarono al sepolcro molto presto e non trovarono il suo corpo; Sono anche venuti a dirci che avevano avuto un'apparizione: degli angeli, che dicevano che era vivo. Alcuni dei nostri compagni andarono al sepolcro e trovarono le cose come avevano detto le donne; ma essi non lo videro. Poi disse loro: «Voi non avete capito! Com'è lento il tuo cuore a credere a tutto ciò che i profeti hanno detto! Non era forse necessario che il Messia soffrisse tutto questo per entrare nella sua gloria? E partendo da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro, in tutte le Scritture, ciò che lo riguardava. Quando si avvicinarono al villaggio in cui stavano andando, Gesù finse di andare oltre. Ma essi cercarono di trattenerlo: "Resta con noi: si avvicina la sera e il giorno sta già calando". Così entrò per stare con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, pronunciò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora i loro occhi si aprirono e lo riconobbero, ma egli scomparve dalla loro vista. Allora si dissero l'un l'altro: «Non ardeva forse il nostro cuore dentro di noi, mentre egli ci parlava per la strada e ci faceva comprendere le Scritture?». Immediatamente si alzarono e tornarono a Gerusalemme. Là trovarono riuniti gli undici apostoli e i loro compagni, i quali dissero loro: «È vero! Il Signore è risorto: è apparso a Simon Pietro. A loro volta, raccontarono ciò che era accaduto sulla strada e come lo avevano riconosciuto quando aveva spezzato il pane.

È stato il nostro testo di partenza (cfr Tema n°1 Ascolto), sarà anche quello del nostro volo.

Chi sono questi due pellegrini alla fine? Due amici? Forse un paio? L'evangelista non specifica. Ma è significativo che Cristo abbia voluto manifestarsi, risorto, a questi due "compagni" legati dall'amicizia o dall'amore, a un "tandem", a un "noi": «Non ardeva tutto il nostro cuore quando ci parlava lungo la strada?».

Questo "Tandem", l'ascolto di Cristo, è inviato in "missione" per ascoltare il mondo, testimonianza del cuore di questo mondo.

Meditiamo il nostro "volo" alla luce di questo Vangelo

Canzone: Se il padre ti chiama

Fai un salto di gioia! Fai un salto di gioia! Perché i vostri nomi sono scritti per sempre nei cieli! Fai un salto di gioia! Fai un salto di gioia! Perché i vostri nomi sono scritti nel cuore di Dio!

Se il Padre vi chiama al compito degli apostoli, come testimoni dell'unigenito Pastore, beati voi! Se il mondo vi chiama ad accogliere e condividere, a costruire la sua unità, beati voi! Se la Chiesa vi chiama a diffondere il Vangelo in ogni parte dell'universo, beati voi!

Se il Padre vi chiama a lasciare tutte le ricchezze per seguire solo suo Figlio, beati voi! Se il mondo vi chiama a lottare contro l'odio, per la ricerca della Pace, beati voi! Se la Chiesa vi chiama a stare in preghiera, al servizio dei peccatori, benedetti voi!

Preghiera a due voci da parte degli animatori:

DIO creò l'uomo, lo creò maschio e femmina.

Mi ha creato donna a sua immagine

 Mi ha creato uomo a sua immagine

Mi ha creato donna, ma io non amo me stessa

 Mi ha creato uomo, ma così piccolo

Avrei voluto essere più bella, più forte e non controllo nulla

 Avrei voluto essere più bella, più ricca e nessuno mi ama veramente...

Non importa quanto ci provi, nessuno mi vede così come sono!

 Non importa quanto ci provi, nessuno mi vede come sono

Per mostrarci il suo amore, ci ha creati come coppia

Perché mi veda come mi vede Dio!

 Perché mi veda come Dio mi vede!

Perché mi ami come sono!

 Perché mi ami come sono!

Ma io la rimprovero per il suo aspetto

 Ma lei non sa come amarmi

Non mi mostra il suo amore

 Lo rimprovero di non conoscermi

Per mostrarci il suo amore, ci ha creati missionari!

Per annunciarlo, guardo il mio sposo come lui guarda la Chiesa!

Per amare il mio sposo, lo amo come lui ama me!

Che il mio coniuge ami sé stesso, ammiro quello che fa!

Affinché possiamo amarci l'un l'altro, offro la nostra coppia a Dio!

Affinché possiamo amarci l'un l'altro, lodo Dio!

Affinché ci amiamo, mi metto al servizio degli altri!

Affinché possiamo amarci l'un l'altro, affermo la mia fede!

ALLORA IL NOSTRO AMORE SARÀ TESTIMONE...

★ B

Condivisione di gruppo sui primi 2 punti della "Riflessione Personale"

1. **Temi:** Seguendo il corso di coppia tandem, ogni coppia può indicare, spiegando perché:
 - I 3 temi che gli sembravano i più ricchi
 - I 3 temi che gli sembravano i meno interessanti o i più difficili
 - 3 argomenti che avrebbero voluto trattare e che non erano nel "curriculum"

2. **Vita di gruppo:**
 - Qual è stato per me il contributo principale di questi due anni di carriera?
 - Cosa significa per me, per la nostra coppia, la vita di squadra alla fine di questi due anni?
 - Il percorso di squadra ha permesso alla nostra coppia di progredire: come e su quali punti in particolare?
 - Mi ha permesso di progredire nella mia vita spirituale, nella fede, nella scoperta del Vangelo, nella Chiesa, nella preghiera personale, come coppia? ...
 - La presenza o l'assenza di un sacerdote che cammina con l'équipe: come l'ho percepita? In quali momenti la sua presenza è stata o sarebbe stata importante?
 - E quella della coppia ospitante?

★ C

Riflessione di coppia sulla "Patente di guida per Tandem Coppia"

Questa è la patente di guida per il veicolo "Tandem-coppia"

Test da compilare personalmente:

ti viene chiesto di spuntare una delle 4 possibilità e di contarle alla fine del test.

ATTENTO! Non è un testo neutro e può causare allergie in alcuni soggetti sensibili alla luce. In questo caso, respira profondamente, tossisci 33 volte. Continuare il test. Se ciò non bastasse: fai 3, 6, 12 ... giri intorno alla sua casa. Torna a casa. Continuare.

IMPORTANTE: scambia il contenuto del risultato con il tuo coniuge in modo molto concreto. Se subentra una grande paura, allora ti prego di gettarti tra le braccia della fiducia; Il tuo coniuge ne ha uno.

- 1- Chiedo al mio coniuge atteggiamenti che mi facciano sentire al sicuro, che evitino grandi shock, che lo spingano a rispondermi per me nelle discussioni?

Un po' Spesso Mai Sempre

- 2- Nella mia vita di coppia, trovo delle buone ragioni per far sì che il mio coniuge la pensi come me?

Un po' Spesso Mai Sempre

- 3- Nella mia vita di coppia, do spiegazioni in modo che il mio coniuge mi capisca, lasciandolo libero, poi, di dare le sue?

Un po' Spesso Mai Sempre

- 4- Quando il mio coniuge mi dà le sue spiegazioni (domanda 3), accetto che il mio punto di vista venga modificato?

Un po' Spesso Mai Sempre

- 5- Nella mia vita di coppia, un'osservazione maldestra, che ferisce la mia sensibilità, porta a una chiusura da parte mia? Rimane bloccato dentro di me, in attesa che il mio coniuge faccia il primo passo?

Un po' Spesso Mai Sempre

- 6- Nella mia vita di coppia, ho atteggiamenti di provocazione, o di chiusura che in realtà sono solo difese nei confronti di un adulto stretto (genitore, fratello, sorella, ecc.) che mi ha segnato nella mia infanzia?

Un po' Spesso Mai Sempre

- 7- Nella mia vita di coppia, cerco di cercare delle ragioni che possano spiegare questo o quell'atteggiamento del mio coniuge che mi sorprende o mi infastidisce?

Un po' Spesso Mai Sempre

8- Domanda n. 7: Condivido le mie ricerche e le mie spiegazioni sul suo comportamento?

Un po' Spesso Mai Sempre

9- Nella mia vita di flusso, non sono forse troppo esigente nei confronti del mio coniuge, per farlo corrispondere all'immagine ideale della donna (uomo) che ho?

Un po' Spesso Mai Sempre

10- Il mio giardino segreto o la mia timidezza possono servire da alibi. In questo modo, mi impedisce di parlare di me, delle mie fragilità, della mia fede magari in ricerca. Questo mi evita di chiedere aiuto al mio coniuge.

Un po' Spesso Mai Sempre

11- In relazione alle proposte di preghiera coniugale che ci sono state fatte (temi 8 e 12 del libretto), mi aspettavo che il mio coniuge fosse una forza trainante?

Un po' Spesso Mai Sempre

12- Ho così paura di muovermi che ho atteggiamenti fissi (divento "una pietra miliare" attraverso certezze a cui mi aggrappo e che non metto in discussione).

Un po' Spesso Mai Sempre

13- Ripiego su alcune attività (bricolage, pulizie... per finire con monopoli come l'educazione dei figli, l'amministrazione del bilancio, ecc. ...) mentre ti lamenti di essere solo?

Un po' Spesso Mai Sempre

LETTURA DI COPPIA DEL RISULTATO DEL TEST

1- Pregate insieme in una forma a vostra scelta

Coloro che mancano di idee possono fare riferimento ai temi precedenti

2- Discuti il test

A) Una maggioranza di "mai" o "sempre":

Sono cieco e non me ne accorgo. Ti suggeriamo di consultare urgentemente il tuo coniuge, quindi un amico diagnostico affidabile. Prima di leggere, leggi molto attentamente l'argomento sull'ascolto.

B) La maggior parte di "spesso":

A quanto pare la tua vista è eccellente! Ma... La luce ti acceca. Vi prego di indossare gli occhiali oscurati: così vedrete meglio che i dettagli della strada non sono montagne! Per Dio, nulla è impossibile!

C) Una maggioranza di "un po'":

Hai l'astigmatismo: i dettagli della strada ti sfuggono. Al ritmo di un elemento di prova a settimana, osserva concretamente cosa succede nella tua vita quotidiana con il tuo coniuge. Fai il check-in con lui nel fine settimana.

D) Una condivisione equilibrata di "poco, mai, spesso, sempre":

La vista è buona.

La scadenza della patente Tandem Coppia dipende da voi:

non fatela mai scadere

Dopodiché potete guidare 50, 60, 70 insieme... infinitamente di più

Dopo una precisa condivisione con il tuo coniuge, ti viene chiesto di "rinnovarla": ripetere il test regolarmente o su sua richiesta.



VACCI PIANO...

Andate in silenzio in mezzo al frastuono e alla fretta, e ricordate la pace che può esistere nel silenzio. Senza alienazione, vivi il più possibile in buoni rapporti con tutti. Di' la tua verità con dolcezza e chiarezza; e ascolta gli altri, anche gli ingenui e gli ignoranti; Anche loro hanno la loro storia. Evitate gli individui rumorosi ed eccessivi, sono una vessazione per la mente. Non paragonarti a nessuno: rischi di diventare vanitoso o presuntuoso. Ce ne sono sempre più grandi e più piccoli di te. Goditi i tuoi progetti e i tuoi risultati. Sii sempre interessato alla tua carriera, per quanto modesta possa essere; Si tratta di un vero e proprio possesso nella mutevole prosperità del tempo. Stai attento nei tuoi affari, perché il mondo è pieno di inganni. Ma non siate ciechi di fronte alla virtù che esiste. Molti individui cercano grandi ideali e ovunque la vita è piena di eroismo. Sii te stesso. Soprattutto, non intaccare l'amicizia. E non siate cinici nell'amore, perché egli è eterno come l'erba, di fronte a tutta la sterilità e al disincanto. Prendi i consigli degli anni con gentilezza rinunciando alla tua giovinezza con grazia. Rafforza il potere dello spirito per proteggerti in caso di disgrazie improvvise. Ma non arrabbiarti con le tue chimere. Molte paure nascono dalla stanchezza e dalla solitudine. Al di là di una sana disciplina, sii gentile con te stesso. Tu sei un figlio dell'universo, non meno degli alberi e delle stelle; Avete il diritto di essere qui. E che vi sia chiaro o no, l'universo si sta dispiegando come dovrebbe. Sii in pace con Dio, qualunque sia la tua concezione di Lui, e quali che siano le tue fatiche e i tuoi sogni, mantieni la pace nella tua anima nel rumoroso disordine della vita. Con tutte le sue perfide, i suoi compiti noiosi e i suoi sogni infranti, il mondo è comunque bello.

Stai attento.

Cerca di essere felice.

Trovato in una vecchia chiesa di Baltimora nel 1692. Autore sconosciuto.



NON C'È NIENTE DI GRAVE, TRANNE PERDERE L'AMORE

Scoprire un "faccia a faccia" con Dio...

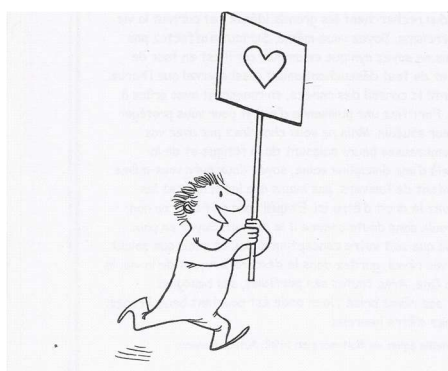
Contemprarla anche nel volto dell'uomo... E per restituire un volto umano all'uomo sfigurato...
Ecco una sola e medesima lotta: quella dell'Amore.

Senza l'Amore, a che serve la Fede?

A che serve arrivare al punto di bruciare i nostri corpi in fiamme?

**NELLE NOSTRE LOTTE,
NO, NIENTE È GRAVE,
SE NON PERDERE L'AMORE.**

Fratel Roger



★ D

Intervento del sacerdote (o diacono, ...) se disponibile, altrimenti proseguire la "Patente di guida"

★ E

Lavoro di gruppo sul punto N°3 Volo e invio della "Riflessione Personale"

- Il corso Tandem coppia sta quindi volgendo al termine, ma si apre ad altre scelte. Il tempo trascorso in un'équipe può averci dato il desiderio di continuare a camminare in coppia e/o in équipe, di impegnarci in vari modi, di approfondire la nostra fede, ecc.
 - ★ Cosa voglio? in coppia?
 - ★ Cosa penso sia una priorità?
 - ★ Quali sono le possibilità?
- L'esperienza di Coppia Tandem è stata in grado di mostrare ciò che una comunità viva sostenuta da una comunità più grande, la parrocchia, la Chiesa, può portare alla coppia.

Che posto prenderò (dovremo) in essa ora?

- Prendendomi il tempo per riflettere, come immagino per me, per entrambi, la "Coppia post-Tandem"? Idealmente, ma anche nella vita di tutti i giorni con i suoi vincoli.

Ogni coppia condivide le principali ricchezze scoperte durante questi due anni di vita di squadra. Illustra inoltre i suoi progetti e gli orientamenti che stanno emergendo. Da questo scambio sono ipotizzabili diversi approcci:

- *Ogni coppia va per la sua strada.*
- *Lo lasciamo maturare... Facciamo un passo indietro... un tempo di deserto...!*
- *Alcuni, in coppia o individualmente, sono coinvolti in movimenti, servizi o allenamenti*

★ F

Testimonianza (o estensione N°3: Volo e invio)

★ G

Conclusione, invio e preghiera di ringraziamento

Dì grazie
 Ma come fare?
 Non so come dire grazie troppo
 Alla mia famiglia, ai miei colleghi, ai miei amici.
 Così, quando si tratta di Te, Signore!
 Mi hai insegnato a pregare,
 Ma questa preghiera è ascoltata soprattutto
 Come una preghiera di richiesta.
 E ci sono così tanti argomenti per questi "Grazie"
 Che cosa dovrei dirti!
 Tante piccole sciocchezze, che non oso menzionarle,
 Tante piccole cose, che spesso non me ne accorgo nemmeno,
 Tante piccole cose che compongono tutta la mia vita...
 Quindi, con questa preghiera, non voglio chiederTi
 Per insegnarmi a dire "Grazie"
 Voglio ringraziarti per una volta
 Per quanto riguarda ciò che costituisce la mia vita,
 Per questo pezzo di niente
 Che lo fa mio, unico, e in cammino verso di Te,
 Grazie, Signore

★ H Messa (se sacerdote disponibile)

Modi per continuare a camminare, domani o in uno di questi giorni: *Vedi pagina successiva*

- Proposte di accompagnamento e sostegno per le coppie
- Sostegno personale o di coppia (consulenza matrimoniale)
- Sessioni e ritiri di coppia

Alcuni testi e preghiere

- 17 modi per pregare senza sembrare di Maurice Bellet
- Preghiera di ringraziamento

17 modi per pregare senza dare l'impressione di farlo



Maurice Bellet è morto il 5 aprile 2018. Sacerdote e psicanalista, la sua messa in discussione della fede cristiana si è spesso avventurata lontano dai sentieri battuti. Ha ispirato molti dei suoi contemporanei. Ecco un testo che ha consegnato molti anni fa, ma che ha mantenuto tutto il suo sapore. Per chi crede di non saper pregare.

- 1. Camminate su e giù in una chiesa romanica, bella** e abbastanza grande Saint Philibert de Tournus per esempio, o in una chiesa gotica a Chartres, Reims, Bourges o barocca, come la Wieskirche, e non pensate a niente, a niente, lasciate vagare lo sguardo, lasciate che la pietra canti, lasciate che sia il luogo a dirlo e lasciate, dopo un po', senza fretta.
- 2. Leggere un libro di pensiero forte**, con un forte desiderio di verità, senza avidità di conoscenza, senza pretesa di disputare, ma per gusto, per amore della verità, apri la porta profonda ad ogni pensiero che viene, e lascia che rimanga in pace, affinché porti frutto.
- 3. Aprire la Sacra Scrittura**, aprire solo il Libro e andare a sognare ad occhi aperti, immaginare il proprio libro, raccontarsi storie, lasciarsi andare ai propri vecchi miti di crudeltà, di trionfo, di sensualità, di disperazione, di amore, di carità con il narcisismo perfetto di queste cose, e leggere, nel testo, due parole.
- 4. Dite una richiesta del Padre Nostro** solo una volta.
- 5. Essere infinitamente dispiaciuti di non pregare**, gemere interiormente tutto il giorno, essere incapaci della minima invocazione, della minima lettura, nemmeno del Vangelo, di essere lì, freddi, aridi, assenti e felici altrove, senza Dio, senza Cristo, senza tutto questo, e soffrirne e infine decidere di affidarlo a Dio e aspettare, senza ogni pensiero.
- 6. Dormi e il cuore è sveglio.**
- 7. Come un bambino piccolo, che dice cose a Dio**, preghiera, supplica, rabbia o tenerezza, rimpianto o giubilo, ci sfugge, non ce ne accorgiamo nemmeno, se non a volte a posteriori. Colui che parla così in noi è il bambino sempre agli albori della vita, ingenuo come la volontà divina.
- 8. Conversare di una cosa e di un'altra, e all'improvviso** accade, senza il mio Dio, che abbiamo voluto, che cominciamo a parlare dell'essenziale, della vita, della morte, del futuro dell'umanità, dell'amore, della verità, di Dio forse, e forse no, della religione cristiana, delle autostrade dell'uomo. senza passione vile, ma perché è più importante di ogni altra cosa e perché se ne parla così raramente, e nella conversazione chi crede in Gesù Cristo lascia passare qualcosa dell'Annuncio, non tanto perché crede di doverlo fare, quanto perché è così, è in lui, la sua parola porta la Parola e succede che qualcuno ascolta e si apre il fondo del cuore.

9. Apri le Sacre Scritture e il gioco è fatto! Non è un libro, non è il Libro, è il luogo della Parola che si ascolta al di là delle parole, sogno senza sogno ai margini del testo nel suo mezzo, risonanza attraverso tutte le profondità della vita, una fonte la cui sorgente è invisibile, pensieri, immagini, parole, movimenti sobri del cuore, la Lettera è necessaria, va lo spirito, per il senso della Scrittura, è la vita risparmiata.

10. Desiderare, desiderare disperatamente, fino al dolore e all'angoscia, fino al punto di un grande vuoto amaro, desiderare che le cose vadano diversamente, desiderare la fine della crudeltà, della follia, della stupidità, dell'abiezione, desiderare l'allegria, la luce, la tenerezza, essere così affamati, avere tanta sete del mondo diverso e di se stessi diversi.

11. Scrivere per piacere, per gusto, per vedere scrivere, per ascoltare ciò che il rumore ordinario copre o confonde, compreso il suono delle parole, per lavare le parole fino a quando non sono tutte pure e rotonde e lisce, oppure per percorrere i sentieri abbondanti o per rifare, rifare all'infinito per avvicinarsi un po' di più a ciò che manca, e insistentemente, per andare al punto laggiù che comunica con il sopra e il sotto qualsiasi parola.

12. Ascolta la musica

La Messa in si minore di Johann Sebastian Bach, ad esempio, soprattutto l'Incarnatus, il Crucifixus, il Resurrexit o altro, non necessariamente musica religiosa, ma ascoltando in profondità il canto del nuovo Orfeo presente in tutta la musica umana, incarnazione, crocifissione, giubilo Se puoi, canta te stesso e suona lo strumento, è ancora meglio!

13. Stare nella pace che è l'armonia delle potenze, al di là (certamente) del turbine, al di là della serena astensione, al di là dell'abbandono volontario degli eroi, nell'armonia delle potenze, che coincide con la più umile umiltà, questo, nel mediocre dei giorni, senza superbia, senza conoscenza, e talvolta senza grazia.

14. Uscire dalla chiesa, lasciare la celebrazione perché non ce la fai più, perché non puoi più restare a causa della troppa intensità e nobiltà di ciò che si suppone si debba fare lì, in contrasto con il fallimento straziante di ciò che accade lì, di fatto andarsene senza scandalo, senza contestazione, con la tristezza e il desiderio duraturo che si rialzano, come? Come? La luce del grande poema in cui tutte le cose sono inaugurate.

15. Dubitando, dubitando intensamente di Dio, che cosa, ci sarebbe un Dio buono e onnipotente con tutta questa crudeltà nella natura, con l'infernale crudeltà umana, i bambini che muoiono di fame, gli sfruttati, i nevrotici, gli idioti, gli alcolizzati, tutti i rifiuti umani? È bella, l'immagine di Dio!

E cos'è Dio se non la povera piccola idea elaborata sul pianeta dove non siamo nulla, all'interno dell'universo che esplose verso dimensioni inimmaginabili. Obiezioni, obiezioni, l'agonia di Dio nel cuore dell'uomo di fede. Ha risposto cento volte, ma è una questione di assenza.

Povero Dio agonizzante come il suo Verbo, identico a Lui nell'orto degli ulivi quando i suoi migliori amici dormivano... Non è quindi così poco vegliare su di lui nella sua agonia.

16. Né le immagini, né il testo, né il luogo, né l'ora, né le parole che sgorgano dal cuore, né la ripetizione stanca e attenta, nemmeno il silenzio, ma semplicemente il reale, terribilmente reale e piatto, le cose, la superficie, la conversazione senza scopo, i compiti, l'ozio, il mangiare, il sognare, il dormire, e la sofferenza intollerabile, indicibile, così sofferta che non si soffre, la nuda attesa di ciò che deve venire nel mondo perché sia in terra come in cielo.

17. Lavorare con le mani nelle faccende domestiche, nel cucito, nel mestiere, nel fai da te e nel mettere a tacere la radio e tutto il frastuono interiore ascoltando ciò che parla senza parole mentre le mani occupano la superficie dell'anima.

Oppure: guidare un'auto molto rilassata, attenta, cortese mentre questa occupazione lascia libero un pensiero spensierato che matura altrove.

Maurice BELLET - Cahiers pour croire aujourd'hui. N. 131.

Bibliografia

- ★ Smettila di essere gentile, sii vero: Thomas d'Assembourg, e anche su You tube in francese:
<https://www.youtube.com/watch?v=oZWOYtVHpkY>
- ★ Le parole sono finestre: Marshall B. Rosenberg
<https://www.youtube.com/watch?v=bIjRxdN-kL8>
- ★ "Perché dovrei fare una comunicazione non violenta? Non sono violenta!": Isabelle Padovani
https://www.youtube.com/watch?v=o3fQxwx-_GE
- ★ Intelligenza emotiva: Bernard Flavien

Opuscolo impaginato da
Graziella e Marco Raimondi (equipe Verghera - NEA)
con la preziosa collaborazione per la traduzione in lingua italiana di
Ester e Adalberto Cogliati (equipe Costa Masnaga1- NEA)

Vivi la tua relazione con gioia !



EQUIPE TANDEM

Un percorso di dialogo di coppia con altre coppie

È TEMPO DI PEDALARE INSIEME

equipetandemitalia@equipes-notre-dame.it



COPPIA IN TANDEM

Accompagnati da una coppia esperta e attenta, progredirete come coppia e come squadra per 2 anni.



Equipes Notre Dame

CONTATTACI

✉ **E-mail**

equipetandemitalia@equipes-notre-dame.it

international@equipestandem.org